



de BOCA en BOCA

Cartilla pedagógica en salud oral ciclo 2



© Alcaldía Mayor de Bogotá

Secretaría de Educación del Distrito Capital

Carlos José Herrera Jaramillo ·
Secretario de Educación

Martha Lucía Vega Cárdenas ·
Subsecretaria de Acceso y Permanencia

José Miguel Villarreal Barón ·
Director de Bienestar Estudiantil

Julián Moreno Parra ·
Coordinador Distrital Salud al Colegio

Luz Alicia Villamil Barrera ·
Referente Salud Oral y Medicina Preventiva

Abril 2010
Bogotá, D.C. Colombia.

ISBN. Tipo de obra: Independiente
978-958-8312-75-0



Niños y Niñas de tercero y cuarto de primaria (ciclo 2) de Colegios Distritales

Gracias al Programa Salud al Colegio de la secretaria de educación, tienes esta cartilla en tus manos; fue creada con el apoyo de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional para enseñarte la importancia de la salud oral.

Te invitamos a disfrutarla con el apoyo de tus maestras y tus maestros en los salones de clase y también esperamos que compartas con tus padres y familiares todo lo aprendido para que la salud oral esté de "Boca en boca".

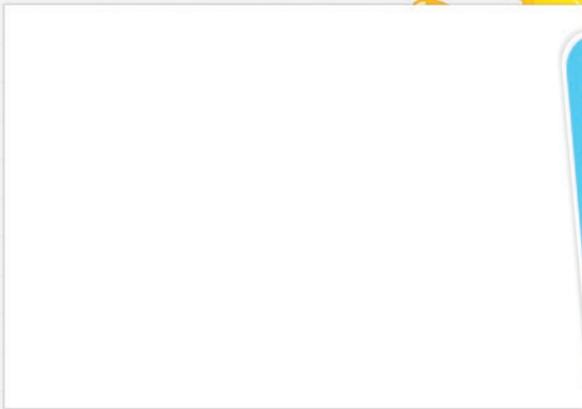
Desde hoy contamos contigo y todos los miembros de tu hogar y la comunidad escolar para tener colegios y familias más sonrientes, porque la salud oral no es sólo tener dientes blancos, encías rosadas y aliento fresco, es también sonreír alegremente, es brindar amor y afecto con tu boca, es expresar palabras agradables y es también usar tu boca para dar gracias a Dios por lo que tienes.

Con cariño,
Nacho, Nacha y el Doc del Colegio.



¿CÓMO TE VES?

Dibuja cómo te ves



¿Qué te gusta de tu sonrisa?



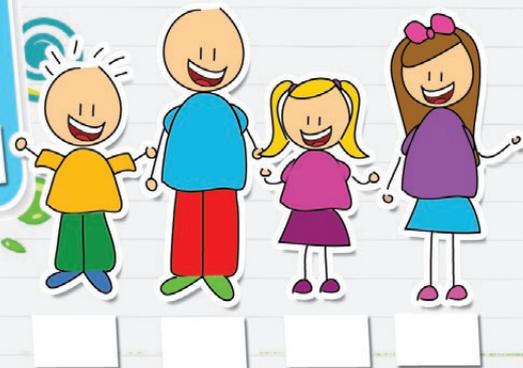
Nombre

Apellido

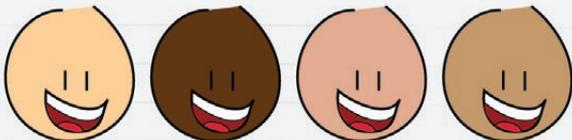
Curso

Firma

¿A cuál te pareces?



¿Cuál es tu color de piel?





¿Qué te enseñó el rompecabezas?

Reconociendo mis deberes como niño



Debemos respetar :

1 A nuestros semejantes

5 A nosotros mismos

7 El medio ambiente.

4 Las leyes que rigen la sociedad

8 Nuestra patria

2 A nuestros padres, maestros y a todas las personas

3 las opiniones y costumbres de los demás

6 La verdad, cumpliendo lo que prometo



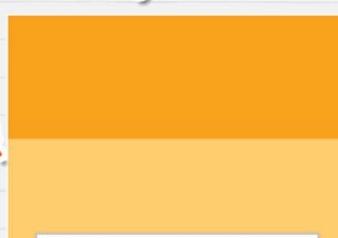
Busca en revistas o periódicos recortes que representen los deberes y pégalos en tu cuaderno

la BOCA PARA MÍ es:

Escribe ¿Qué es para ti?



dibuja otra



¿CÓMO SON MIS DIENTES?

Son pequeñas partes de mi cuerpo que me ayudan a comer, a que mi cara crezca, a hablar, y relacionarme con los demás.



Tienen varias partes

La corona: que tiene una cubierta dura que protege que se llama esmalte.

La Raíz ayuda a que el diente no se caiga.

La pulpa: le da vida al diente ella me avisa con dolor cuando mi diente esta enfermo.



¿POR QUÉ SE ME CAEN LOS DIENTES?



Porque al igual que el resto de mi cuerpo, mi cara debe crecer y puedo parecer un "patito feo", pero necesito remplazar mis dientes por otros más grandes y fuertes



Las muelitas que me están saliendo las debo cuidar mucho por que las tendré para toda la vida,
LOS DIENTES SE CAEN UNA SOLA VEZ

¿POR QUÉ DEBO EVITAR LA CARIES?

La caries se forma por los alimentos que dejamos sobre nuestros dientes, ellos forman la placa dental, produciendo ácidos que rompen el esmalte de los dientes alojando microorganismos que siguen destruyéndolo y pueden hacer doler.



Esta palabra la has oído de todos los adultos cuando te dicen que te cepilles.



La placa se despeg cuando te cepillas y tus dientes se ven blancos y brillantes.



¿CÓMO CUIDO MIS DIENTES?

Los dientes no se cuidan solos, necesitamos de un equipo



Cepillo y crema dental

Me ayuda a retirar la comida que se pega a mis dientes.



Seda dental

Retira la comida que queda en medio de mis dientes y que no sale con el cepillo.

El más importante

Pega tu foto

del equipo eres tú!!



Odontólogo

Revisa mis dientes para que siempre estén sanos.



Mis padres

Me alimentan bien, supervisan que me cepille los dientes y me llevan al odontólogo

¿CÓMO USO EL CEPILLO?



De arriba hacia abajo, por delante y por detrás en cada diente



De adentro hacia afuera limpio mi lengua y mejillas



De abajo hacia arriba, por delante y por detrás diente por diente



En círculos sobre las muelitas



CALENDARIO



Con él te quiero ayudar a cuidar tus dientes, recórtalo, pégalo en el baño y márcalo cada vez que te cepilles, recuerda son tres veces al día.



¡¡Lo lograste!!

¿así PROTEJO MI Salud ORAL?

Selecciona y marca con una equis los que te pasa,
luego coméntalo con tu profesor



Me cepillo al
levantarme



Mis padres me motivan
con su ejemplo



Evito usar mi boca
para decir *%\$#



Si como dulces me
cepillo después



Me gusta ir al
odontólogo



Cuando salgo con
mis amigos me arreglo



Que pereza
el tema de los dientes

Dibuja Otro

Visita en internet estas páginas y busca otras:

<http://www.colgate.com.ar/app/BrightSmilesBrightFutures/AR/Kids/FunGames.cvsp>
<http://www.virtual.unal.edu.co/cursos/odontologia/2005197/capitulos/cap2/241.html>

PARA MIS PADRES

Selecciona lo que haces con tus hijos X



Motivo el diálogo en mi casa, almorzamos y comemos juntos



Estoy pendiente de los cambios de humor de mis hijos



Felicito a mis hijos cuando están bien arreglados



De vez en cuando superviso el cuidado de sus dientes



Doy ejemplo en mi casa con mi cuidado personal



Le refuerzo sus buenos comportamientos con regalos y permisos



Vamos al mercado reflexionamos sobre comer bien

Dibuja Otro

Para Finalizar te invitamos a conformar el

CLUB de la SALUD ORAL

del colegio: _____

Comite de Afecto

Coordinadora



Coordinador



Miembros



Miembros

Comite de Espiritualidad

Coordinadora



Coordinador



Comite de Comunicación

Coordinadora



Coordinador



Miembros



Miembros

Comite del Cuerpo Físico

Coordinadora



Coordinador



Con el doc del colegio y tus profesores determinarán las funciones de cada comité para fortalecer las habilidades para tu vida

menú



Contenido

Presentación	pag. 1
¿Cómo te ves?	pag. 2
Derechos de los niños	pag. 3
Reconociendo mis deberes	pag. 5
La boca para mi es	pag. 6
¿Cómo son mis dientes?	pag. 7
¿Por qué se me caen los dientes?	pag. 8
¿Por qué debo evitar la caries?	pag. 9
¿Cómo cuido mis dientes?	pag. 10
¿Cómo uso el cepillo?	pag. 11

Tareas

Calendario	pag. 12
¿Así protejo mi salud oral?	pag. 13
Para mis padres	pag. 14
Busca el mejor equipo	pag. 15
Club de la Salud Oral	pag. 16



Doc del
colegio

© Universidad Nacional de Colombia



UNIVERSIDAD
NACIONAL
DE COLOMBIA
SEDE BOGOTÁ

- Moisés Wasserman
Rector
- Clemencia Rodríguez Gacharná
Decana Facultad de Odontología
- Héctor Ángel Polanco Narváez
Director Departamento Salud Colectiva
- Sonia Bohórquez Avila
Director Departamento Salud Oral

Autores

- Diana Mena Bejarano
Docente Investigador
- Héctor Ángel Polanco Narváez
Profesor Asociado
- Clara Patricia Acuña Ramos
Profesora Asociada
- Irza Tatiana Benítez
Monitora

Abril / 2010
Bogotá, DC. Colombia

Diagramación - Diseño - Impresión
Shift Active - Karina Julieth Acuña González



9 789588 312750